

Sommaire

Introduction 8

CHAPITRE 1 Le corps et l'esprit 13
Mark F. Smith

CHAPITRE 2 Le swing 39
Paul Glazier et Peter Lamb

CHAPITRE 3 Le matériel 65
Richard Kempton

CHAPITRE 4 L'environnement 91
Andrew Collinson et Sandy Willmott

CHAPITRE 5 La technologie et le coaching 117
Robert Neal et Mark F. Smith

CHAPITRE 6 Le processus de l'entraînement 135
John Hellström et Mark F. Smith

CHAPITRE 7 Le score 161
Graeme Leslie

Notes 178

Mesures et conversions 184

Glossaire 185

Principaux collaborateurs 189

Index 190

Remerciements 192

